

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

ВІННИЦЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ МИХАЙЛА КОЦЮБИНСЬКОГО

"ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА, СПОРТ ТА ЗДОРОВ'Я НАЦІЇ"



Вінниця - 2004

Валерій КОЗАРЕЦЬКИЙ, Богдан МЕЛЬНИКОВИЧ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНІ ОСНОВИ РОЗВИТКУ МОТИВАЦІЇ СТУДЕНТІВ ДО ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНИМИ ВПРАВАМИ І СПОРТОМ.....	359
Андрій КОЛОСОВ СТРУКТУРА КОГНІТИВНОГО РЕСУРСУ, ЯК ФАКТОРА ПІДВИЩЕННЯ СТРЕС-СТІЙКОСТІ В СПОРТІ.....	362
Ірина КУДЕЛЯ, Олена КРИВЧИКОВА МОТИВАЦІЯ ДО ЗАНЯТЬ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ УЧНІВ ІІ КЛАСІВ...	366
Тамара КУТЕК ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ОСОБИСТОСТІ....	369
Михайло ЛОЗОВИК, Микола ДМИТРІВ, Ігор ДУБ ОСОБЛИВОСТІ МОТИВАЦІЇ ЗАНЯТЬ ОЗДОРОВЧИМ БІГОМ СЕРЕД СТУДЕНТІВ.....	373
Георгій ЛОЖКИН, Натальє ВОЛЯНЮК, Анатолій БУЗНИК ЕМОЦІОНАЛЬНИЙ РЕСУРС ТРЕНЕРА-ПРОФЕСІОНАЛА.....	377
Ольга ПАШКОВА, Віктор ПАСНІЧЕНКО КАТЕГОРІАЛЬНА СТРУКТУРА ЕМОЦІЙНИХ ПЕРЕЖИВАНЬ СПОРТСМЕНІВ (НА ПРИКЛАДІ СПОРТИВНОГО ОРІЄНТУВАННЯ ТА СПОРТИВНИХ БАЛЬНИХ ТАНЦІВ).....	381
Валентин ПОНОМАРЬОВ ВИНИКНЕННЯ ЯВИЩА DOMS (DELAYED ONSET MUSCLE SORENESS) В ТРЕНУВАЛЬНОМУ ПРОЦЕСІ СПОРТСМЕНІВ, ЯКІ ЗАЙМАЮТЬСЯ БОДІБІДІНГОМ.....	385
Кенан САЛИМ ЛИЧНОСТНИЙ ФАКТОР И ЕГО ПРОЯВЛЕНИЯ В ПСИХОЛОГИЧЕСКОМ КЛИМАТЕ СПОРТИВНОЙ КОМАНДЫ.....	390
Віктор САВЧЕНКО, Любов АНДРІЮШИНА, Маргарита ГУСАРЕНКО ДЕЯКІ АСПЕКТИ ПРОБЛЕМИ ЗБЕРЕЖЕННЯ ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я.....	394
Олександр СКЛЯРОВ, Юрій ЧУЙКО ДОСЛІДЖЕННЯ РІВНЯ МОТИВАЦІЇ ДО ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ ТА СПОРТОМ У СТУДЕНТІВ.....	396
Ірина СМОЛЯР ГЕНДЕРНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ЛИДЕРА В СПОРТИВНОЙ ГРУППЕ.....	400
Олена ТВЕРДОХЛІБ ДОСЛІДЖЕННЯ ВИКОРИСТАННЯ ЗАСОБІВ ПСИХОСОМАТИЧНОЇ САМОРЕГУЛЯЦІЇ В ГАЛУЗІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ВУЗІВ.....	405

ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ОСОБИСТОСТІ

Тамара Кутек

Житомирський державний університет імені Івана Франка

Постановка проблеми. Фізична культура – перший природний місток, який поєднує в єдине ціле соціальне й біологічне в людині [1].

На жаль, сьогодні фізична культура помітно втрачає своє ціннісне значення серед сучасної молоді. Діти, підлітки, молоді люди віддають перевагу телебаченню, комп'ютерам. Комерційні види спорту віддаляють реальні можливості занять фізичною культурою на останній план. У результаті знижується інтерес до занять фізичною культурою, спортом, і як наслідок факт масового погіршення стану здоров'я сучасної молоді – майбутнього нашого суспільства. Це підтверджено багатьма вченими та власними дослідженнями (В.С. Язловецький, Ю.М. Івасюта, В. Шерста, 1998; А.В. Лотоненко, Е.А. Стеблецов, 1997; Т.Б. Кутек, Г.П. Грибан, 2003).

Як вважають багато дослідників, зниження інтересу до занять фізичною культурою в наш час пояснюється недосконалою системою фізичного виховання (В.С. Язловецький, 1995; О. Буліч, 2003; С. Лисюк, О. Іванов, О. Потапова, 2003; В.М. Видрин, А.А. Тер-Аванесян), невисоким рівнем фізкультурної освіченості фахівців середніх навчальних закладів

(О.О. Малімон, А.Я. Вольчинський, І.С. Кліш, 2001; Н.Т. Данилко, 1998). Але основною причиною, на нашу думку, є несформованість потреби у фізичній культурі, відсутність знань про здоровий спосіб життя, фізичне вдосконалення, нерозуміння ролі фізичної культури для розвитку особистості, невизнання фізичної культури як соціальної цінності. Ці поняття необхідно формувати починаючи з раннього віку, закріплюючи в сім'ї, школі, середніх спеціальних і вищих навчальних закладах.

На сучасному етапі проблема фізичної культури особистості досліджується широко й різнобічно: як невід'ємна частина культури суспільства й особи (Л.П. Матвеев, 1983; В.І. Царик, ; С.М. Іконнікова, 1987), як фізична культура особистості (А.А. Гужаловский, 1986; В.И. Максакова, 2001), як фізична культура особистості вчителя (Е.С. Виленський, 1987; М. Ріпак, 2003), як різні форми рухової активності людини, спрямованої на розвиток фізичних якостей, підвищення працездатності, зміцнення здоров'я (В.К. Бальсевич, 1988; Б.М. Шиян, 2001). В останніх дослідженнях фізична культура особистості вивчається як пізнавальний, мотиваційний, поведінковий критерій (А.В. Огністий, К. Огніста, 2001). Теоретично обґрунтовано компоненти структури фізичної культури особистості вчителя (мотиваційно-ціннісні орієнтації особистості; фізична досконалість особистості; діяльнісна суть фізичної культури). Визначено рівні фізичної культури особистості вчителя: ситуативний, початкової грамотності, освіченості творчого використання [2].

Аналіз останніх наукових досліджень свідчить, що питання формування та розвитку фізичної культури особистості залишається до кінця не дослідженим. У літературі недостатньо вивчено особливості формування фізичної культури особистості. Це спонукало глибше й детальніше вивчити та дослідити дану проблему.

Метою дослідження є вивчення особливостей формування фізичної культури особистості. Одним із завдань дослідження є визначення структури розвитку фізичної культури особистості.

Для досягнення поставленої мети використали наступні **методи дослідження**: вивчення та аналіз літературних джерел, порівняльний аналіз, узагальнення.

Результати дослідження та обговорення. Турбота про здоров'я підростаючого покоління є одним з найважливіших завдань людей (батьків, працівників дошкільних закладів, вчителів школи, викладачів різних навчальних закладів), які причетні до виховання й навчання кожної особистості. Звичайно, абетка здоров'я закладається в сім'ї й залежить від багатьох особливостей. Основні з них: спадковість, виховання в сім'ї, умови проживання. Неабиякий позитивний вплив на формування фізичної культури особистості має дошкільний заклад, школа. Сім'я, дошкільний заклад, школа – це те середовище, де беруть свій початок основи формування розвитку фізичної культури особистості. Взаємодія сім'ї та школи створюють умови, в яких формуються основи фізичного та психічного розвитку, пізнавальні здібності, ціннісні орієнтації.

Особливе місце в системі шкільного навчання займає молодший шкільний вік, тому що дуже інтенсивно формуються інтереси, потреби дітей, збільшуються пізнавальні здібності дитини [5].

Методично правильно організовані заняття фізичною культурою в школі сприяють як розвитку фізичних якостей, вмінь та навичок так і формуванню інтересу й бажань до занять фізичними вправами, розумінню значення фізичної культури для здоров'я. Тому від вчителя фізичного виховання в школі, певною мірою, залежить особистісний розвиток учня та формування ціннісних орієнтацій, які є підґрунтям індивідуальної системи цінностей (ІСЦ) – I етапом формування фізичної культури особистості (рис. 1).

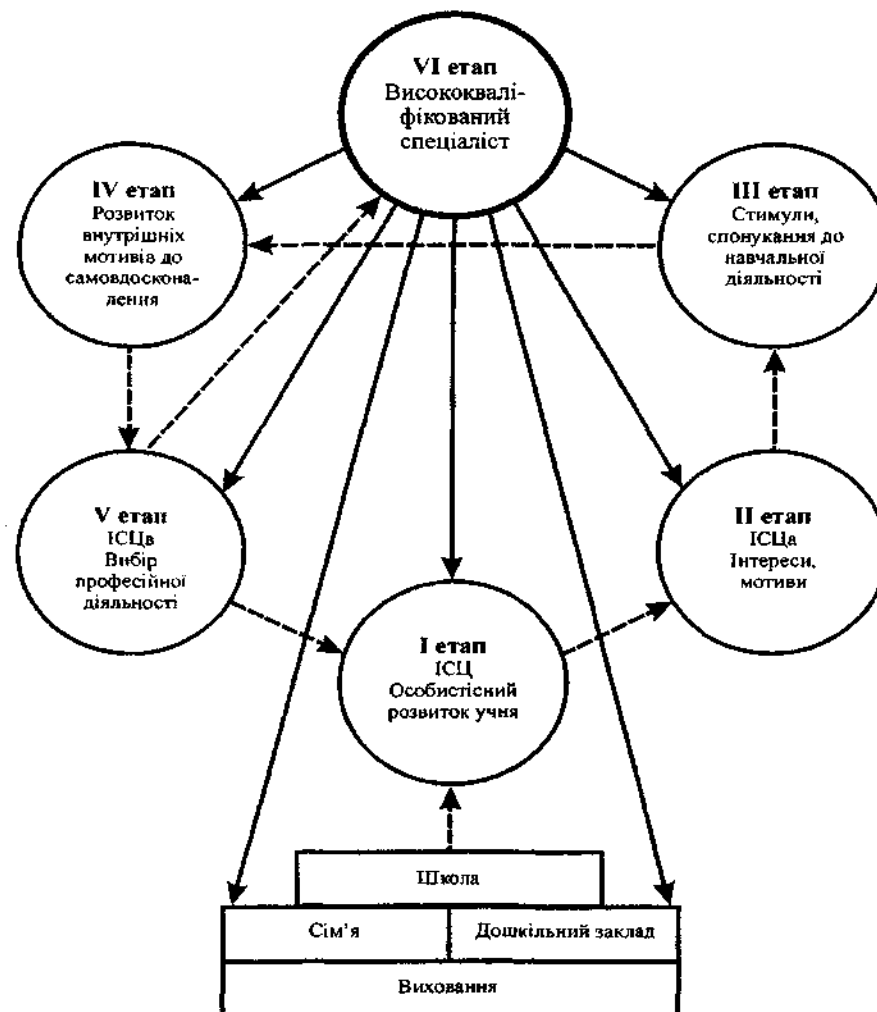


Рис. 1. Структура формування фізичної культури особистості.

ІСЦ – індивідуальна система цінностей

ІСЦа – індивідуальна система цінностей абітурієнта

ІСЦв – індивідуальна система цінностей випускника

З часом закладене й сформоване в сім'ї, дошкільному закладі, школі проявляється у виборі майбутньої професії. Вибір професії – важливий момент у житті кожного випускника школи. При виборі професії випускник так чи

інакше керується власними інтересами, потребами, мотивами, які утворюють індивідуальну систему цінностей абітурієнта (ІСЦа).

Наступає III етап – „перетворення” абітурієнта з об’єкта соціально-педагогічного впливу в студента – суб’єкт активної творчої діяльності. Студенти навчаються, займаються фізичними вправами під впливом певних стимулів, спонукань до навчальної діяльності. Це потреби, інтереси, переконання, ідеали, ціннісні орієнтації, на основі яких здійснюється розвиток внутрішніх мотивів до навчальної діяльності, до самовдосконалення, формується індивідуальна система цінностей випускника (ІСЦв).

Наступний етап – вибір відповідного типу професійної діяльності, у якій випускник має реалізувати свої знання, вміння й навички, набуті за період навчання у вищому навчальному закладі, задовольнити свої потреби у творчій діяльності відповідно до інтересів і мотивів. Саме на цьому етапі здійснюється реалізація фізичної культури в професійно-особистісних якостях учителя, а отже формується певний рівень розвитку фізичної культури особистості вчителя.

Як видно з рисунка 1, чільне місце в структурі формування фізичної культури особистості займає етап „висококваліфікований спеціаліст”, який тісно взаємопов’язаний з кожним етапом розвитку фізичної культури особистості. Сучасний висококваліфікований спеціаліст повинен відповідати вимогам сьогодення. Система цінностей вчителя суттєво впливає на особистісний розвиток учнів. Тому формування фізичної культури особистості, на нашу думку, потрібно починати, в першу чергу, з підготовки фахівців високого рівня, від чого залежить формування гармонійно та всебічно розвинутої особистості.

Висновки. Вивчення особливостей фізичної культури особистості дало змогу визначити основні етапи формування фізичної культури.

Узагальнивши вивчене питання, встановлено, що в основі структури формування фізичної культури особистості лежить комплекс взаємопов’язаних особливостей (спадковість, виховання, навчання, умови проживання, фізичний розвиток, рівень фізичної підготовленості, формування потреби у здоровому способі життя, знання та розуміння ролі фізичної культури для розвитку особистості, визнання фізичної культури як соціально-особистісної цінності).

Формування фізичної культури особистості потребує значної уваги педагогів вищої школи. Тому питання підготовки висококваліфікованих спеціалістів з фізичної культури є не лише одним з основних завдань вищих навчальних закладів, а й необхідна потреба сучасного суспільства.

Отже, формування фізичної культури особистості, підвищення рівня розвитку фізичної культури особистості вчителя й надалі залишаються об’єктом широкого спектру досліджень і потребують детальної конкретизації.

Результати проведеного дослідження будуть використані в подальших наукових дослідженнях стосовно вивчення фізичної культури особистості вчителя.

ЛІТЕРАТУРА

1. Бальсевич В.К. Физическая культура для всех и для каждого. – М.: Физкультура и спорт, 1988. – 208 с.
2. Виленський М.Я. Общая, педагогическая и физическая культура в структуре личности учителя // Теория и практика физической культуры. – 1987. – № 6. – С. 18-21.
3. Иконникова С.Н. Диалог о культуре. – Л.: Лениздат, 1987. – 203 с.
4. Огнистий А.В. Актуальні проблеми підготовки майбутніх вчителів-предметників до роботи з фізичного виховання у школі // Матеріали II Всеукраїнської наук.-практ. конф. „Здоров'я і освіта, проблеми та перспективи”. – Донецьк: ДонНУ, 2002. – С. 249-252.
5. Шевченко С.О. Розвиток творчої особистості в регіональній системі освіти // Нива знань. – 1999. – Спец. вип. – С. 5-11.